



# दृश्य सहायताको प्रयोग

Nepali - Visual Supports



## दृश्य सहायताको प्रयोग?

दृश्य सहायताहरू हाम्रो चारैतिर हुन्छ र हामी प्रत्येक दिन यसको उपयोग गर्छौं। यसभित्र सडक चिन्हहरू, रेस्टुरेन्टका संकेतहरू तथा मेनुहरू, क्यालेन्डरहरू, किराना सूचीहरू आदि पर्दछन्।

हामीहरूले हाम्रो संसारलाई बुझ्न शब्द, संकेत, प्रतीक, तस्वीर र वस्तुहरू पनि प्रयोग गर्दछौं।

ईशाराहरू तथा अनुहारको हाउभाउ पनि दृश्य सहायताका उदाहरणहरू हुन्।

## दृश्य सहायताहरूको कसरी प्रयोग गर्ने

तपाईंले यसको प्रयोग गर्दा कम शब्दहरू बोल्ने प्रयास गर्नुहोस्।

घर र स्कूल दुवै ठाउँमा दृश्यहरूको प्रयोग गर्नुहोस् र यसलाई नियमित राख्नुहोस्।

दृश्यहरूलाई उपयुक्त स्थानमा र बालबालिकाहरूका लागि उपलब्ध हुने गरी राख्नुहोस् र नियमित रूपमा समीक्षा गर्नुहोस्।

बालबालिकाहरूलाई कसरी यसको प्रयोग गर्ने भनेर सिकाउनुहोस्। यदि तपाईं यो कसरी गर्ने भनेर अनिश्चित हुनुहुन्छ भने, केही विचारहरूको लागि तपाईंको बच्चाको शिक्षक वा थेरापिष्ट (therapist) सँग कुरा गर्नुहोस्।

## किन दृश्य सहायताहरूको प्रयोग गर्ने ?

दृश्य सहायताले तपाईंलाई आफ्नो बच्चासँग कुराकानी गर्न र तपाईंको बच्चालाई तपाईंसँग कुराकानी गर्न मद्दत गर्न सक्छ।

बालबालिकाहरूले एकै समयमा कुनै कुरा सुन्न र देख्न पाए भने त्यसले उनीहरूलाई बुझ्न र सिक्न मद्दत गर्न सक्छ।

दृश्य सहायताहरू एक प्रकारका स्थायी अनुस्मारक हुन र यसले मानिसहरूलाई आत्मनिर्भर हुन सहायता गर्न सक्छ।

यसले निराशा कम गर्न सक्छ र व्यक्तिहरूलाई कुराकानी गर्न र आफूलाई अभिव्यक्त गर्न तथा निर्णय लिन प्रोत्साहित गर्न सक्छन्।

यसले मौखिक रूपमा व्यक्त गरिने विचार, प्रश्न र निर्देशनहरूलाई टेवा दिन्छ।

अनुसन्धानले दृश्य सहायताको प्रयोगले बच्चाहरूलाई बोल्न सिक्नबाट रोक्दैन भन्ने देखाउँछ। यसले बोली तथा भाषाको विकासलाई प्रोत्साहन गर्दछ भन्ने देखिएको छ।

## जो कोहीले दृश्य सहायताहरू बनाउन र प्रयोग गर्न सक्दछन्। तल तपाईंको लागि केही विचारहरू दिइएका छन्:



आफ्नो बच्चाहरूको गर्ने भन्ने देखाउन, जस्तै तपाईंको बच्चाहरू अब के हुन्छ भन्ने थाहा दिन, वस्तुहरूको प्रयोग गर्नुहोस्।



शरीरको गतिविधि, अनुहारको भाव, विभिन्न आवाज र हावभावहरू प्रयोग गर्नुहोस्।



ठाउँहरू र मानिसहरूको फोटो खिच्नुहोस्।

[positivepartnerships.com.au](http://positivepartnerships.com.au) मा जानुहोस्।

The Positive Partnerships initiative is funded by the Australian Government Department of Education through the Helping Children with Autism Package. The views expressed in this publication do not necessarily represent the views of the Australian Government or the Australian Government Department of Education.



# दृश्य सहायताको प्रयोग



फोटोहरू सँगै शब्दहरू राख्नुहोस्  
र आफ्नो बच्चालाई छान्न प्रोत्साहित  
गर्नुहोस्।



जाँचसूचीहरू  
बनाउनुहोस्।



इन्टरनेटमा चित्रहरू  
खोज्नुहोस्।



समयतालिका र निर्देशनहरूको लागि  
सांकेतिक रंगहरू प्रयोग गर्नुहोस्।



एउटा चित्रकथा पुस्तकको स्क्रिप्ट  
बनाउनुहोस्: तपाईं अगाडि बढ्दै जाँदा  
स्टिक फिगरहरू (stick figures) र स्पिच  
बबलहरू (speech bubbles) प्रयोग गरेर  
चित्र बनाउने र कथा भन्ने गर्नुहोस्।



फोनमा एप्सहरूको प्रयोग,  
जस्तै टाइमर, डायरीहरू आदि।



सामाजिक कथाहरू - तपाईंको बच्चा वा तपाईंको बच्चाको मनपर्ने अभिनयपात्र प्रयोग गरेर  
तपाईंको बच्चालाई नयाँ गतिविधि वा योजनाको लागि तयार पार्न बनाउनुहोस्।

यदि तपाईं आफ्नो बच्चाको विकासलाई लिएर चिन्तित हुनुहुन्छ भने, तपाईंको डाक्टर वा तपाईंको बच्चालाई  
मद्दत गर्ने एक पेशेवरलाई भेट्नुहोस्। 'पखिँएर हेर्नु' भन्दा कसैसँग कुरा गर्नु राम्रो हो।



# Using Visual Supports



## What are Visual Supports?

Visual supports are all around us and we use them every day. These include road signs, restaurant signs and menus, calendars, grocery lists etc.

We also use words, signing, symbols, photos and objects to understand the world we live in.

Gestures and facial expressions are also examples of visual supports.

## How to use visual supports

Try to reduce the amount of spoken words you use when sharing them.

Use visuals across home and school and be consistent.

Keep them in place and available to young people and review regularly.

Teach young people how to use them. If you're unsure about how to do this, chat to your child's teacher or therapist for some ideas.

## Why use visual supports?

Visual supports can help you to communicate with your child and help your child to communicate with you.

If children hear and see things at the same time it can support them to understand and learn.

Visual supports are a permanent reminder and can support people to be independent.

They can reduce frustration and encourage individuals to communicate and express themselves and make choices.

They support ideas, questions and instructions that are shared verbally and allow for processing time.

Research shows that the use of visual supports **does not** stop children from learning to speak. It has been shown **they encourage** the development of speech and language

**Anyone can make and use visual supports. Here are some ideas for you:**



**use objects to show your child what to do e.g. to let your child know what's happening next**



**use body movements, facial expressions, voice range and gestures**



**take photos of places and people**

Go to [positivepartnerships.com.au](https://positivepartnerships.com.au)

The Positive Partnerships initiative is funded by the Australian Government Department of Education through the Helping Children with Autism Package. The views expressed in this publication do not necessarily represent the views of the Australian Government or the Australian Government Department of Education.





# Using Visual Supports



**put words with pictures  
and encourage your child  
to make choices**



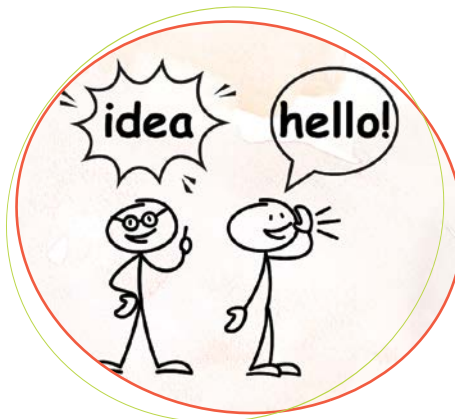
**make checklists**



**find images on  
the internet**



**colour code routines  
and instructions**



**make a comic book script:  
draw and tell the story as  
you go, using stick figures  
and speech bubbles**



**apps on phones,  
i.e. timers, schedules**



**social stories – make one using your child or your child's favourite  
character to prepare your child for a new activity or a plan**

If you are concerned about your child's development, see your doctor or a professional that helps your child. It is better to talk to someone than to 'wait and see'.